

Заведующий МДОУ - д/с №89

УТВЕРЖДАЮ

(Качалова Т.В.)

10.07.2025

Меню на 10.07.2025 (Ясли)



Блюдо	Выход, г	Энергетическая ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак 1					
Молочная пшенная каша	150	105	1,17	3,87	16,4
Булка	20				
Масло сливочное	5	36,7	0,02	3,92	0,02
Чай с сахаром	150	36,96	9	2,3	9,75
яблоко	60				
Завтрак 2					
Сок фруктовый.	155	70,53	0,66		17,97
Обед					
Суп вермишелевый на к/б (куры)	150	127,8	5,79	5,38	11,86
Жаркое по-домашнему с мясом (кур)	150	186,46	8,12	8,31	14,84
Салат из св. помидор и св.огурцов с раст.маслом	60	93,6	0,54	9,48	1,56
Хлеб ржаной	40				
Компот из сухофруктов	150	65,54	0,63		16,45
Полдник					
Кефир	150				
булка	20	132,24	4,68	4,77	17,64
Ужин					
Творожные сырники (запеченные в духовом шкафу)	100	277,94	21,69	8,09	14,48
сметана 15% жирности	20	15,12	0,8	6,35	3,84
Чай с сахаром	150	36,96	9	2,3	9,75

Исполнитель: Диетсестра  (Романова Л.В.)

Шеф-повар:  (Кузубова Е.В.)